

生活習慣と心理要因が高齢者の機能予後・生命予後に及ぼす影響に関するコホート研究

著者	渡邊 洋子
号	1862
発行年	2002
URL	http://hdl.handle.net/10097/22305

氏 名（本籍） わた なべ よう こ
渡 邊 洋 子

学 位 の 種 類 博 士 (医 学)

学 位 記 番 号 医 博 第 1 8 6 2 号

学位授与年月日 平成 14 年 3 月 25 日

学位授与の条件 学位規則第4条第1項該当

研 究 科 専 攻 東北大学大学院医学系研究科
 (博士課程) 社会医学系専攻

学 位 論 文 題 目 生活習慣と心理要因が高齢者の機能予後・生命予
後に及ぼす影響に関するコホート研究

(主 查)

論文審査委員 教授 久 道 茂 教授 佐 藤 洋

教授 佐々木 英 忠

論 文 内 容 要 旨

高齢者の占める割合が益々増加してきている日本社会において、自立した健全な加齢 (successful aging) を遂げることが人々の願いとなってきた。しかし、日本人を対象にした前向き研究で健全な加齢の促進因子はいまだ同定されておらず、長寿の促進因子との相違も解明されていない。

そこで、本研究は、宮城県大崎保健所管内における 70 歳以上 80 歳未満の国民健康保険被保険者のうち、身体運動機能が良好な者 (中程度または強い運動ができる者) 3806 名を対象として、1994 年に、睡眠・運動・喫煙・飲酒・体格・食生活・心理状態からなるベースライン調査を実施した。5 年間の追跡後に運動機能予後と生命予後を調査した結果、運動機能良好者 1936 名に対し運動機能不良者 (死亡者を含む) は 1870 名であり、生存者 3332 名に対し死亡者 474 名であった。この結果より、ベースライン時の 46 項目の因子ごとに運動機能予後 (運動機能維持の有無) と生命予後のオッズ比を算出した。

多変量解析の結果、運動機能維持の促進因子として有意であったのは、〔男性であること・年齢が若いこと・糖尿病の既往がないこと・関節炎の既往がないこと・1 週間あたりの運動時間が 1～2 時間以上であること・1 日の歩行時間が 30 分以上であること・現在喫煙していないこと・果物を週に 1～2 回以上摂取していること・日常の仕事を比較的急いであること・主観的健康度が高いこと・身体に痛みを感じていないこと〕以上 11 項目であった。

一方、生命予後の促進因子としては、運動機能予後とは逆に〔女性であること〕が有意であった。性別を除いた運動機能維持促進因子 10 項目のうち 3 項目〔関節炎の既往がないこと・日常の仕事を比較的急いであること・身体に痛みを感じていないこと〕は、生命予後には全く影響せず、運動機能維持だけの促進因子であった。残りの 7 項目〔年齢が若いこと・糖尿病の既往がないこと・1 週間あたりの運動時間が 1～2 時間以上であること・1 日の歩行時間が 30 分以上であること・現在喫煙していないこと・果物を週に 1～2 回以上摂取していること・主観的健康度が高いこと〕は生命予後の促進因子としても有意であった。

心理要因のうちの主観的健康度は、運動機能予後、生命予後双方に有意に影響していたが、双方のオッズ比を比較すると、運動機能予後に対する影響の方が生命予後に対する影響よりも強いことが示唆された。

本研究により、健全な加齢をめざす高齢者の運動機能の維持促進のために、非喫煙、運動習慣、食習慣などの従来型の疾病予防を目的とした生活習慣改善が有効であることが確認された。加えて、社会心理面からのアプローチも有効である可能性が示唆された。

審 査 結 果 の 要 旨

本論文は、高齢者の占める割合が益々増加してきている日本社会において、自立した健全な加齢を遂げることが人々の願いとなってきたが、日本人を対象にした前向き研究で健全な加齢の促進因子はいまだ同定されておらず、長寿の促進因子との相違も解明されていないことに着目し、生活習慣と心理要因が高齢者の機能予後、生命予後におよぼす影響を明らかにすることを目的として行った。

方法は、宮城県大崎保健所管内における70歳以上80歳未満の国民健康保険被保険者のうち、身体運動機能が良好な者（中程度または強い運動ができる者）3,806名を対象として、1994年に、睡眠・運動・喫煙・飲酒・体格・食生活・心理状態からなるベースライン調査を実施した。5年間の追跡後に運動機能予後と生命予後を調査した結果、運動機能良好者1,936名に対し運動機能不良者（死亡者を含む）は1,870名であり、生存者3,332名に対し死亡者474名であった。この結果より、ベースライン時の46項目の因子ごとに運動機能予後（運動機能維持の有無）と生命予後のオッズ比を算出した。

多変量解析の結果、運動機能維持の促進因子として有意であったのは、〔男性であること・年齢が若いこと・糖尿病の既往がないこと・関節炎の既往がないこと・1週間あたりの運動時間が1～2時間以上であること・1日の歩行時間が30分以上であること・現在喫煙していないこと・果物を週に1～2回以上摂取していること・日常の仕事を比較的急いであること・主観的健康度が高いこと・身体に痛みを感じていないこと〕以上11項目であった。

一方、生命予後の促進因子としては、運動機能予後とは逆に〔女性であること〕が有意であった。性別を除いた運動機能維持促進因子10項目のうち3項目〔関節炎の既往がないこと・日常の仕事を比較的急いであること・身体に痛みを感じていないこと〕は、生命予後には全く影響せず、運動機能維持だけの促進因子であった。残りの7項目〔年齢が若いこと・糖尿病の既往がないこと・1週間あたりの運動時間が1～2時間以上であること・1日の歩行時間が30分以上であること・現在喫煙していないこと・果物を週に1～2回以上摂取していること・主観的健康度が高いこと〕は生命予後の促進因子としても有意であった。

心理要因のうちの主観的健康度は、運動機能予後、生命予後双方に有意に影響していたが、双方のオッズ比を比較すると、運動機能予後に対する影響の方が生命予後に対する影響よりも強いことが示唆された。

健全な加齢をめざす高齢者の運動機能の維持促進のために、非喫煙、運動習慣、食習慣などの従来型の疾病予防を目的とした生活習慣改善が有効であることが確認され、加えて社会心理面からのアプローチも有効である可能性が、本研究により示唆された。

よって、本研究論文は、医学博士の学位授与に値すると判断する。